

Un ovale parfait, une
peau lisse... tout le
monde en rêve.
Passé la quarantaine,
les premières ridules
sont là. Aïe ! Pour
éviter tout
désenchantement,
sachez prendre
les devants.

Lola Volontier

Botox, collagène, acide hyaluronique... les nouvelles techniques pour cacher le vieillissement cellulaire ne cessent de conquérir le monde. Pourtant, loin d'être conseillées par tous les médecins,

ces méthodes peuvent certes cacher ces rides que vous ne saurez voir mais ne sont en rien un traitement miracle. Sans parler de leur coût ! Alors pour éviter d'en arriver là et ne pas succomber à la folie des liftings, une seule solution : l'anticipation. Dès l'apparition des premières ridules, il faut prendre le taureau par les cornes.

Car même si c'est autour de la quarantaine que les hommes trouvent les femmes les plus sexy, elles ne l'entendent pas de la même façon et comptent bien faire ce qu'il faut pour atténuer au maximum ces rides. L'objectif n'est pas de redevenir une «minette» de 20 ans ou encore de concurrencer les bimbos dépendantes de leur chirurgien esthétique.

À savoir

Pour le contour des yeux, tamponnez du coin interne au coin externe de la paupière en insistant sur la patte d'oie.

Trousse de beauté



Le 2 en 1

Rajeunissez votre bouche et votre regard en comblant les rides de l'intérieur avec ce gel, en flacon-pompe, contour des lèvres et des yeux force 2 antirides et anti-âge alliant exfoliation, réparation, hydratation, volume et rajeunissement. Un relais naturel aux injections de collagène !
Laboratoire Mediecos, Lip Seduction 3D, gel contour force 2, 35 € environ.

Une bonne cure

Voici une cure intensive de 1 mois sous forme d'unidoses. L'alliance de l'algue native et d'extraits de graines d'hibiscus a une action redensifiante et antioxydante sur la peau et réduit la contraction des muscles faciaux en protégeant l'épiderme contre le stress oxydatif. Jusqu'à -74% de rides sur la surface traitée.

Algotherrm cure de 30 jours



intensive Algonative,
120 € environ.

1 minute chrono !

Un tenseur express qui défie le temps en 1 minute chrono... c'est le challenge de cette crème qui lifte la peau en 60 secondes grâce à sa triple action sur le volume de l'ovale du visage, la relaxation des muscles faciaux et l'hydratation en profondeur. Effet instantané garanti



sans effet secondaire.
Laboratoire Mediecos, 90 € environ le pot de 15 ml, 148 € environ le pot de 30 ml.

Le sérum

Ce sérum lisse les traits et prévient le vieillissement cutané. Il permet la régénérescence cellulaire grâce aux protéines et à l'élastine marine qui ont un effet tenseur et nourrissant grâce aux oligoéléments qui stimulent la cohésion des tissus.
Alliance Pornic Cosmétiques, sérum anti-âge, 29 € environ.



une ride ?

tique mais de se battre contre les signes du temps en les atténuant tant que possible.

Réflexes !

Avec les années, les cellules cutanées se renouvellent plus lentement, la fabrication de collagène ralentit, les tissus se relâchent, les traits s'affaissent... bref selon vous «tout fout le camp» ! Ridules, pattes d'oie, plis nasogéniens... des mots qui font mal aux oreilles et à la peau. Pourtant, impossible d'y échapper. Vous n'avez pas le choix, c'est comme ça, d'autant qu'il est hors de question pour vous d'entendre parler de bistouri ou de seringue. Donc, direction les rayons dermocosmétiques des parapharmacies où crèmes, sérums, masques et autres solutions sont à votre disposition pour donner un coup de jeune à votre visage. Certaines d'entre vous marmonnent déjà qu'elles ne sont pas efficaces. Détrompez-vous ! Évidemment, elles n'enlèvent pas les rides en un coup de baguette magique. En revanche, si elles sont appliquées comme indiqué sur leur mode d'emploi, elles deviennent de véritables fées en les atténuant considérablement.

Maintenant, tout comme un régime à l'aide de complément alimentaire demande des repas équilibrés, le combat contre les

rides, même stimulé par des crèmes, requiert quelques réflexes dans la vie quotidienne. Vous voulez vraiment avoir toutes les chances de votre côté ? Alors bye-bye tabac, alcool et soleil qui amplifient le phénomène de vieillissement cutané. Côté maquillage aussi, évitez les sous-marques et préférez en mettre moins mais de meilleure qualité. D'ailleurs, n'oubliez pas que les rides n'aiment pas vraiment le fond de teint qui a plus tendance à mettre en valeur les pores relâchés et ridules qu'à les atténuer, si une base n'est pas appliquée auparavant.

Bien choisir

Vous voyez, vous n'avez pas le choix. Vos crèmes de jour et de nuit simplement hydratantes doivent dorénavant se doubler d'un antiride actif. Mais pas n'importe lequel. Pour anticiper et estomper, trois composants sont généralement privilégiés. A f i n

Astuce

Précedez toujours l'application d'un masque par un gommage afin d'enlever les cellules mortes et posez une serviette chaude sur votre visage pour ouvrir les pores avant votre soin profond.



Avon

Les 5 recettes maison

- Préparer les masques :

mélangez dans 2 cuillères à soupe de miel à fleur 2 cuillères à soupe de jus d'orange pressée et appliquez sur le visage démaquillé, rincez et sèchez.

- Laitue crue :

20 minutes et 2 feuilles crues avec un mélange de citron frais et d'eau minérale.

- Atténuer les rides :

lavez et séchez 3 ou 4 feuilles de tulipe. Faites les passer dans 3 minutes, à feu doux, dans

un peu d'huile d'olive. Laissez légèrement refroidir pour ne pas vous brûler et étalez ensuite chaud sur le visage. Conservez au moins 15 minutes.

- Mûre :

lancez : mixer deux cuillères d'huile de noix. Humidifiez votre peau sur le visage pendant 15 ou 20 minutes. Rincez à l'eau tiède.

- Orange amère :

mélangez des dragées de citrouille avec du jus d'orange et appliquez sur le visage pendant 20 minutes. Rincez à l'eau.

2 cuillères d'eau d'hamamelis. Appliquez cette pâte épaisse et gardez pendant 25 minutes. Rincez à l'eau tiède, avec un gommage doux.

45 - Pour faciliter le rajeunissement d'un visage qui est devenu décoloré, à la fin du massage avec votre produit de soins, appliquez la pâte d'orange et laissez agir 15 minutes.



AVANT/APRÈS

Exemple avant/après une application quotidienne matin et soir sur 28 jours de la crème Isobot Oxylift du Laboratoire Medecos.



AVANT



APRÈS

d'être sûre de l'efficacité du produit, au moins l'un d'entre eux doit donc être contenu dans la crème.

- Les antioxydants prennent la forme des célèbres vitamines A, C et E, d'oligoéléments (zinc, sélénium et silicium), de végétaux (thé vert et les pépins de raisins célèbres pour leurs vertus) et d'algues. Ils améliorent le relief de la peau en luttant contre les altérations faites par les radicaux libres impliqués dans le vieillissement et également produits par les UV et la pollution. Ils sont recommandés aux peaux fines ou denses.

Quel âge ?

Dès 35 ans, selon le type de peau. Pour un effet préventif, vous pouvez commencer les soins antirides un peu avant, soit à 30 ans.

- Le rétinol, qui remplace la vitamine A trop agressive, stimule le renouvellement cellulaire, le lissage des ridules peu profondes et augmente l'épaisseur de la peau.

- Les AHA sont quant à eux les acides naturellement présents dans les agrumes, le raisin et la canne à sucre. Leur pouvoir exfoliant élimine les cellules mortes, hydrate et redonne de l'éclat au teint. À privilégier notamment pour les peaux grasses – avis aux fumeuses ! – ou abîmées par le soleil.

Outre ces trois composants



Florence Deniau, chargé de communication de PhytoQuant

Qu'est-ce que QuantaOx ?

Il s'agit d'un complément alimentaire constitué de vitamines, minéraux et de plantes associées pour leur synergie d'actions contre les radicaux libres.

QuantaOx a été conçu pour participer à lutter contre le vieillissement cellulaire et la dégénérescence des tissus. C'est une conception moderne de l'antioxydant.

Quelle est sa composition ?

Il est constitué de vitamines, de minéraux et de plantes associées pour leur synergie d'actions contre les radicaux libres. Les associations simplistes de vitamines et minéraux ont vécu. Les études récentes montrent bien qu'un apport en nutriments de base permet de compenser d'éventuelles carences mais n'apportent pas l'effet escompté dans la lutte contre les radicaux libres. Nous avons donc basé la formule du QuantaOx sur la puissance d'action des plantes en général et des polyphénols en particulier. Car ces vrais antioxydants sont les plus puissants d'après toutes les études scientifiques. Nous y avons

associé la curcumine à dose active pour une action de protection globale de nos cellules. QuantaOx c'est donc du curcuma longa associé à de la curcumine à 99,9%, du pipernigerum (poivre), de l'extrait sec de thé vert, du bêta-thène et du quercétine, de la vitamine C et E...

Quelles sont les actions de QuantaOx ?

QuantaOx évite l'oxydation des cellules. Toutes les études à ce jour montrent une efficacité exceptionnelle des molécules

antioxydantes –
les polyphénols –
pour notre
santé avec
une totale
innocuité.
En

particulier, il est prouvé que la consommation élevée de certains flavonoïdes permet de réduire le risque d'apparition de nombreux cancers. C'est à partir de ces observations que QuantaOx a été formulé : des cofacteurs sans risques et à dose physiologique associés à de fortes concentrations de polyphénols et d'autres molécules antioxydantes. En outre, la présence de bêta-thène permet une belle préparation de la peau pour l'été !

Comment s'utilise-t-il ?

À partir de 25 ans, en prévention du vieillissement cellulaire ou dans toute situation où le stress oxydatif est présent. Il doit être associé à une alimentation équilibrée et diversifiée. La dose moyenne pour un adulte est de 2 gélules par jour à prendre au début d'un repas, en 1 ou 2 prises, de préférence le matin ou le midi au cas où certains composants troubleraient le sommeil (vitamine C en particulier). En prévention, nous proposons 2 gélules par jour, 5 jours sur 7 en continu ou bien 3 mois en hiver et 3 mois en été. En cas de pathologie dégénérative, 2 gélules par jour en continu pendant plusieurs mois puis revenir éventuellement sur les doses de prévention. QuantaOx est utilisable pendant les chimiothérapies et après les radiothérapies.



PhytoQuant,
QuantaOx, 40 €
environ la boîte de 60 gélules.

plutôt «classiques», d'autres formules sont récemment apparues et s'inspirent directement des méthodes de médecine

esthétique (stimulation de production de collagène et d'élastine, régénération des tissus façon «lasers»...) pour venir en renfort dans ce combat acharné et perpétuel contre les rides.

Gil Bret